

授業科目名	体育	担当教員	森 克昭	科目ナンバリング LE134
選択	開講年次：1年通年	単位：1単位	授業形態：実習30時間	

【授業概要】

スポーツや運動における健康と安全に対する知識を深めるとともに、実際の運動を通し身体面や精神面に与える影響について理解する。さらにスポーツや運動を通して健康管理について考える機会とする。

【達成目標】

1. 体育の時間に行う運動を基礎として、日常定期的に運動し、フィジカルフィットネスを維持する習慣を身に付ける。
2. 実施する種目に関して、個人技能・集団技能の基本的な技術を習得する。

【履修条件】

指定なし

【授業計画】

- | | |
|-----------------|--|
| [01] オリエンテーション | 本科目の目的、目標、授業展開の内容やスポーツによる怪我と予防等について説明する。 |
| [02] バレーボール | 基礎(バレーボールのパス・レシーブ等の基本技術の習得) |
| [03] バレーボール | 基礎(バレーボールのアタック・サーブ等の基本技術の習得) |
| [04] バレーボール | 応用(バレーボールの連携プレーの練習及び試合形式での練習) |
| [05] バレーボール | 応用(バレーボールの試合形式での練習) |
| [06] ドッチボール | 基礎(ドッチボールのボールの投げ方・捕り方の基本技術の習得) |
| [07] ドッチボール | 応用(ドッチボールの簡易ゲーム及び実践ゲーム) |
| [08] バドミントン | 基礎(バドミンントンのストロークやサービス等の基本技術の習得) |
| [09] バドミントン | 応用(シングルスでの試合形式での練習) |
| [10] バドミントン | 応用(ダブルスでの試合形式での練習) |
| [11] バasketボール | 基礎(Basketボールの基本技術の習得) |
| [12] Basketボール | 応用(Basketボールの連携プレーの練習及び試合形式での練習) |
| [13] フットサル | 基礎(フットサルの基本技術の習得) |
| [14] フットサル | 応用(フットサルの連携プレーの練習及び試合形式での練習) |
| [15] 女子プロサッカー観戦 | |

【教科書】

参考資料等は、必要時にクラスにて配布。

【参考書】

参考資料等は、必要時にクラスにて配布。

【評価方法・評価基準】

1. 受講態度(授業に対する積極性や貢献度、参加状況、安全に対する配慮等) 40%
2. 技能(基本技術の習得、各自の目標達成度) 30%
3. 理論(ルール・マナーの理解、レポートによる評価等) 30%とし、総合的に評価する。

【講義のために必要な事前・事後学習】

事前学習：実施種目の基本的な技術やルールを事前に学習しておくこと(1時間)。

事後学習：授業後に個人・集団技能レベルの確認、実施種目の目標達成シートを作成し、次回の授業で提出すること(1時間)。

【教育目標(必須要素)との関連】

この科目は、教育目標の必須要素Ⅰ. 教養教育で培う普遍的基礎能力と関連する。

【試験や課題レポート等に関するフィードバック】

授業後自己評価表で、その時間の成果・課題等を記録する。

【備考】

(養選)保健師国家試験受験資格取得と養護教諭二種免許取得希望者のための選択必修科目